

6 диетических салатов на любой вкус



Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/6-dieticheskikh-salатов-na-lyuboj-vkus/>

1. Слабосолёная сёмга + репчатый лук + яйца + свекла + морковь + йогурт
2. Жареная курогрудка + консервированная фасоль + помидор + лук + зелень
3. Авокадо + консервированный тунец + кукуруза + перепелиные яйца + зелень
4. Перепелиные яйца + помидоры черри + сыр моцарелла + маслины + листья салата + кедровые орешки + заправка (оливковое масло, горчица, лимонный сок)
5. Свекла + грецкий орех + чернослив + сыр + чеснок + зелень + йогурт
6. Консервированный тунец + листовой салат + оливки + огурец + кинза